

A romantic scene of a man and a woman walking barefoot on a sandy beach at sunset. The man is on the left, wearing a dark shirt and pants, with his hand on the woman's shoulder. The woman is on the right, wearing a light-colored top and dark skirt. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow over the ocean and sky. The text 'Cuando muere un ser querido' is overlaid on the right side of the image.

**Quando
muere
un ser
querido**

¿Se le ha muerto algún ser querido?

¿Todavía llora su pérdida?

¿Necesita ayuda
para sobrellevar el dolor?

¿Hay alguna esperanza
para los muertos?

Si así es, ¿en qué consiste?

¿Cómo podemos estar seguros
de que es real?

En este folleto se dan respuestas consoladoras
tomadas de la Biblia a estas preguntas.
Le invitamos a leerlo cuidadosamente.

“¡No puede ser!”

PÁGINA 3

¿Es normal sentirse así?

PÁGINA 7

¿Cómo puedo sobrellevar el dolor?

PÁGINA 14

Cómo ayudar al doliente

PÁGINA 20

Una esperanza segura para los muertos

PÁGINA 26

**Esta publicación se distribuye como parte de una obra mundial
de educación bíblica que se sostiene con donativos. Prohibida su venta.**

Si desea hacer un donativo, visite jw.org.

A menos que se indique lo contrario, las citas bíblicas se han tomado
de la versión en lenguaje moderno *Traducción del Nuevo Mundo
de las Santas Escrituras* (con referencias).

*Cuando muere un ser querido
When Someone You Love Dies*
Impresión de octubre de 2014

Spanish (we-S)

© 1994, 2000, 2005

Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania

Editores

Watchtower Bible and Tract Society of
New York, Inc., Wallkill, New York, U.S.A.

Testigos Cristianos de Jehová
Ctra. Torrejón-Ajalvir, km. 5
28864 Ajalvir (Madrid)

Made in Spain
Hecho en España





“¡No puede ser!”

UN SEÑOR de Nueva York (E.U.A.) relata: “Mi hijo Jonathan estaba visitando a unos amigos que vivían a unos cuantos kilómetros de casa. A mi esposa, Valentina, no le agradaba que fuera a aquel lugar. Siempre se preocupaba por el tráfico. Pero a él le encantaba la electrónica, y sus amigos tenían un taller donde podía hacer prácticas. Yo me encontraba en casa, en el oeste de Manhattan, y mi esposa estaba en Puerto Rico visitando a su familia. ‘Jonathan debe estar a punto de llegar’, pensé. En ese momento sonó el timbre de la puerta. ‘Seguro que es él’, me dije. Pero, no; era la policía y unos paramédicos. ‘¿Reconoce usted este permiso de conducción?’, preguntó el agente de policía. ‘Sí, es el de mi hijo Jonathan.’ ‘Tenemos malas noticias para usted. Ha habido un accidente y... su hijo..., su hijo ha muerto.’ Mi reacción inmediata fue decir: ‘¡No puede ser!’. Aquel espantoso suceso abrió una herida en nuestro corazón que todavía no se ha curado, aunque ya han pasado varios años”.





‘Tenemos malas noticias para usted. Ha habido un accidente y... su hijo..., su hijo ha muerto.’

Un padre de familia de Barcelona (España) escribe: “Éramos una familia feliz de la España de los años sesenta: María —mi esposa—, nuestros tres hijos —David, Paquito e Isabel, de 13, 11 y 9 años respectivamente— y yo.

”Un día del mes de marzo de 1963, Paquito vino de la escuela quejándose de un fuerte dolor de cabeza. Estábamos desconcertados porque no sabíamos cuál podría ser la causa; pero pronto lo supimos. Tres horas más tarde, estaba muerto.

Una hemorragia cerebral había acabado con su vida.

”Paquito murió hace más de treinta años, pero el profundo dolor de aquella pérdida sigue afectándonos hasta este día. Cuando los padres pierden a un hijo, siempre sienten que han perdido una parte de sí mismos, sin importar cuánto tiempo haya transcurrido o cuántos hijos más tengan.”

Estos dos casos de padres que perdieron a un hijo ilustran lo honda y duradera que es la herida

cuando sobreviene tal desgracia. Un médico escribió acertadamente: “La muerte de un niño suele ser más trágica y traumática que la de un adulto, porque un niño es la última persona de la familia que se espera ver morir. [...] El fallecimiento de cualquier niño representa la pérdida de futuros sueños, parientes [hijos políticos y nietos] y experiencias [...] de los que aún no se ha disfrutado”. La mujer que sufre un aborto espontáneo puede experimentar el mismo sentimiento de pérdida profunda.

Una mujer que enviudó cuenta lo siguiente: “Mi esposo, Russell, fue asistente médico en la zona del Pacífico durante la II Guerra Mundial. Presenció terribles batallas, y sobrevivió a todas ellas. Luego regresó a Estados Unidos, donde llevó una vida más tranquila. Posteriormente empezó a servir de ministro de la Palabra de Dios. Después de cumplir 60 años manifestó los síntomas de una afección cardíaca. Se esforzó por llevar una vida activa, pero, finalmente, un día de julio de 1988 sufrió un fuerte ataque cardíaco y murió. Su pérdida me dejó desolada. Ni siquiera pude despedirme de él. Russell no era simplemente mi esposo. Era mi mejor amigo. Habíamos compartido cuarenta años de nuestras vidas. Parecía que a partir de ese momento me iba a ver sumida en una terrible soledad”.

Estos son solo unos cuantos ejemplos de los miles de tragedias que acaecen diariamente a las familias por todo el mundo. La mayoría de las personas que han perdido a un ser querido le dirán que cuando muere un hijo, el cónyuge, el padre, la madre o un amigo, se siente que la muerte es verdaderamente “el último enemigo”, como dijo el escritor cristiano Pablo. La primera reacción natural a la aterradora noticia suele ser de negación:

“¡No puede ser! No lo puedo creer”. A esta reacción con frecuencia le siguen otras, como veremos más adelante. (1 Corintios 15:25, 26.)

No obstante, antes de analizar los sentimientos de aflicción, contestemos algunas preguntas importantes. ¿Significa la muerte el fin de la persona? ¿Hay alguna posibilidad de volver a ver a nuestros seres queridos?

Existe una esperanza real

El escritor bíblico Pablo hizo concebir esperanzas de que se eliminará a este “último enemigo”, la muerte, cuando escribió: “La muerte ha de ser reducida a nada”. “El último enemigo en ser destruido será la Muerte.” (1 Corintios 15:26, *Biblia de Jerusalén*.) ¿Por qué estaba Pablo tan seguro de que sería así? Porque a él le había instruido alguien que había sido levantado de entre los muertos, a saber, Jesucristo. (Hechos 9:3-19.) Por eso también escribió: “Dado que la muerte es mediante un hombre [Adán], la resurrección de los muertos también es mediante un hombre [Jesucristo]. Porque así como en Adán todos están muriendo, así también en el Cristo todos serán vivificados”. (1 Corintios 15:21, 22.)

Jesús se conmovió mucho cuando se encontró con una viuda de Naín y vio a su hijo muerto. El relato bíblico nos dice: “Al acercarse [Jesús] a la puerta de la ciudad [Naín], pues ¡mira!, sacaban a un muerto, el hijo unigénito de su madre. Además, ella era viuda. También estaba con ella una muchedumbre bastante numerosa de la ciudad. Y cuando el Señor alcanzó a verla, se enterneció por ella, y le dijo: ‘Deja de llorar’. En seguida se acercó y tocó el féretro, y los que lo llevaban se detuvieron, y él dijo: ‘Joven, yo te digo: ¡Levántate!’. Y el muerto se incorporó y comenzó a hablar,

y él lo dio a su madre. Entonces el temor se apoderó de todos, y se pusieron a glorificar a Dios, diciendo: ‘Un gran profeta ha sido levantado entre nosotros’, y: ‘Dios ha dirigido su atención a su pueblo’. Note que Jesús se compadeció tanto de la viuda que resucitó a su hijo. ¡Piense en lo que ese suceso presagia! (Lucas 7:12-16.)

Aquella resurrección, de la que hubo testigos presenciales, fue memorable. Sirvió de garantía de la resurrección que Jesús había predicho antes, un regreso a la vida en la Tierra bajo “un nuevo cielo”. En aquella ocasión Jesús había dicho: “No se maravillen de esto, porque viene la hora en que todos los que están en las tumbas conmemorativas oirán su voz y saldrán”. (Revelación [Apocalipsis] 21:1, 3, 4; Juan 5: 28, 29; 2 Pedro 3:13.)

Pedro y algunos de los doce hombres que acompañaban a Jesús en sus viajes también presenciaron varias resurrecciones. Incluso escucharon al resucitado Jesús hablar a orillas del mar de Galilea. El relato nos informa: “Jesús les dijo: ‘Vengan, desayúdense’. Ninguno de los discípulos tuvo el ánimo de inquirir de él: ‘Tú, ¿quién eres?’, porque sabían que era el Señor. Jesús se acercó y tomó el pan y se lo dio, y así mismo el pescado. Esta fue ya la tercera vez que Jesús se apareció a los discípulos después de haber sido levantado de entre los muertos”. (Juan 21:12-14.)

En consecuencia, Pedro pudo escribir con total

convicción: “Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, porque, según su gran misericordia, nos dio un nuevo nacimiento a una esperanza viva mediante la resurrección de Jesucristo de entre los muertos”. (1 Pedro 1:3.)

El apóstol Pablo expresó su esperanza segura con las siguientes palabras: “Creo todas las cosas expuestas en la Ley y escritas en los Profetas; y tengo esperanza en cuanto a Dios, esperanza que estos mismos también abrigan, de que va a haber resurrección así de justos como de injustos”. (Hechos 24:14, 15.)

Así pues, millones de personas pueden tener la firme esperanza de volver a ver con vida a sus seres amados en la Tierra, pero en circunstancias muy diferentes. ¿Qué circunstancias serán esas? En la última sección del folleto, titulada “Una esperanza segura para los muertos”, se tratará más a

fondo la esperanza que da la Biblia para los seres queridos que hemos perdido.

Pero primero respondamos a las preguntas que usted posiblemente tenga si está afligido por la muerte de un ser querido: ¿Es normal sentir tanto dolor? ¿Cómo puedo sobrellevarlo? ¿Cómo pueden ayudarme los demás? ¿Qué puedo hacer para ayudar a los que están desolados? Y sobre todo, ¿qué esperanza segura para los muertos contiene la Biblia? ¿Volveré a ver alguna vez a mis seres queridos? Y si así es, ¿dónde?

Preguntas para meditar

¿Qué reacción natural se produce cuando muere un ser querido?

¿Qué hizo Jesús por una viuda de Naín?

¿Qué promesa dio Jesús respecto a los muertos?

¿Por qué estaban seguros Pedro y Pablo de que habría una resurrección?

¿Qué preguntas merecen respuesta?

¿Es normal sentirse así?



UN HOMBRE que estaba de duelo escribió: “Como me crié en Inglaterra, me enseñaron a no exteriorizar mis sentimientos. Aún me parece oír a mi padre, un ex militar, diciéndome con los dientes apretados: ‘¡No llores!’, cuando algo me

producía dolor. No recuerdo si alguna vez mi madre nos besó o abrazó a mis tres hermanos y a mí. Cuando tenía 56 años, vi morir a mi padre. Aunque sentí una pena inmensa, al principio fui incapaz de llorar”.

Hay culturas en las que los individuos expresan sus sentimientos abiertamente. Los demás saben si se sienten contentos o tristes. Pero en otras partes del mundo, especialmente en el norte de Europa y en Gran Bretaña, se ha educado a la gente, sobre todo a los hombres, para que oculten sus sentimientos, para que repriman sus emociones y no se inmuten ante nada. No obstante, ¿tiene algo de malo expresar el dolor cuando se sufre la pérdida de un ser querido? ¿Qué dice la Biblia al respecto?

Personajes bíblicos que lloraron

La Biblia fue escrita por hebreos del Mediterráneo oriental, quienes eran un pueblo expresivo. En sus páginas se encuentran muchos casos de personas que manifestaron públicamente su aflicción. El rey David, por ejemplo, quedó desolado

cuando su hijo Amnón fue asesinado y ‘lloró con un llanto sumamente grande’. (2 Samuel 13:28-39.) Lloró incluso la muerte de su traicionero hijo Absalón, que había intentado usurpar el trono. El relato bíblico nos indica: “Entonces el rey [David] se perturbó y subió a la cámara del techo sobre el paso de entrada y se puso a llorar; y esto decía al andar: ‘¡Hijo mío, Absalón, hijo mío, hijo mío, Absalón! ¡Oh, que yo pudiera haber muerto, yo mismo, en lugar de ti, Absalón, hijo mío, hijo mío!’”. (2 Samuel 18:33.) David manifestó su dolor como cualquier otro padre. ¡Cuántas veces han deseado los padres haber muerto ellos en lugar de sus hijos! Parece tan anormal que un hijo fallezca antes que sus padres.

¿Cómo reaccionó Jesús ante la muerte de su amigo Lázaro? Al acercarse a su tumba, lloró. (Juan 11:30-38.) María Magdalena también lloró cuando se aproximaba al sepulcro de Jesús. (Juan 20:11-16.) Es cierto que el cristiano que entiende la esperanza bíblica de la resurrección no llora inconsolablemente, como lo hacen algunos que

no poseen un fundamento bíblico claro para sus creencias con respecto a la condición de los muertos. Pero, como todo ser humano con sentimientos normales, el verdadero cristiano, pese a tener la esperanza de la resurrección, llora la pérdida de cualquier persona querida. (1 Tesalonicenses 4: 13, 14.)

Llorar o no llorar

¿Cómo reacciona la gente hoy en día? ¿Le cuesta o le da vergüenza a usted exteriorizar sus sen-

timientos? ¿Qué recomiendan los especialistas? En muchas ocasiones, sus opiniones modernas son un mero reflejo de la sabiduría antigua inspirada de la Biblia. Dicen que debemos expresar el dolor en vez de reprimirlo. Esto nos recuerda a hombres fieles de la antigüedad, como Job, David y Jeremías, cuyas expresiones de dolor aparecen en la Biblia. Ellos no reprimieron sus sentimientos. Por consiguiente, no es sensato aislarse de los demás. (Proverbios 18:1.) Debe tenerse en cuenta, sin embargo, que el duelo se expresa de diferentes

Es normal sentir dolor y llorar cuando muere un ser querido



formas según la cultura y las creencias religiosas predominantes.*

¿Qué puede hacer si tiene ganas de llorar? Llorar es humano. Recuerde de nuevo que cuando Lázaro murió, Jesús “gimió en el espíritu y [...] cedió a las lágrimas”. (Juan 11:33, 35.) De este modo probó que el llanto es una reacción normal ante la muerte de un ser amado.

El caso de Anne —cuyo bebé, Rachel, falleció del síndrome de muerte infantil súbita— corrobora lo anterior. Su esposo comentó: “Lo sorprendente fue que ni Anne ni yo lloramos en el entierro, aunque todos los demás estaban llorando”. A esto, Anne replicó: “Sí, pero yo he llorado mucho por ambos. Creo que su muerte me afectó de modo especial unas cuantas semanas después de la tragedia, cuando por fin un día me encontré sola en casa. Me pasé todo el día llorando. Pero creo que eso me ayudó. Me sentí mejor. Tenía que llorar la muerte de mi hija. Creo sinceramente que se debe dejar a las personas dolientes que lloren. Aunque decir ‘no llores’ es una reacción natural de los demás, en realidad no ayuda en nada”.

La reacción de algunos

¿Cómo han reaccionado algunas personas al sufrir la pérdida de un ser querido? Pongamos por caso a Juanita, quien sabe lo que significa perder a un bebé. Juanita estaba embarazada cuando tuvo

* Por ejemplo, una creencia tradicional de los yoruba, pueblo nigeriano, es la reencarnación del alma. Por lo tanto, cuando una mujer pierde a un hijo, siente un gran dolor, pero no por mucho tiempo, pues, como dice un refrán yoruba, “Es el agua lo que se ha derramado, pero el calabacino no está roto”. Según los yoruba, esto significa que la madre —el calabacino que contiene el agua— puede tener otro hijo, que pudiera ser una reencarnación del fallecido. Los testigos de Jehová no siguen las tradiciones basadas en supersticiones provenientes de conceptos erróneos como el de la inmortalidad del alma y la reencarnación, ambos carentes de apoyo bíblico. (Eclesiastés 9:5, 10; Ezequiel 18:4, 20.)

Cuando muere un ser querido



El proceso de la aflicción

La palabra “proceso” no implica que la aflicción siga un patrón o programa fijo. Sus reacciones pueden traslaparse y variar en duración, dependiendo del individuo. Esta lista no está completa, pues pueden aparecer otras reacciones. A continuación se presentan algunos de los síntomas de aflicción que se pueden experimentar.

Primeras reacciones: conmoción inicial; incredulidad, negación; aturdimiento; sentimientos de culpa; ira.

Fase de aflicción aguda: pérdida de memoria e insomnio; cansancio extremo; cambios repentinos del estado de ánimo; dificultades para juzgar y pensar; ataques de llanto; trastornos del apetito, con la consiguiente pérdida o aumento de peso; diversos síntomas de alteraciones de la salud; letargo; disminución de la capacidad laboral; alucinaciones (sentir, ver u oír al difunto); en caso de pérdida de un hijo, resentimiento irracional hacia el cónyuge.

Fase de estabilización: tristeza acompañada de nostalgia; recuerdos más gratos del fallecido, incluso con ciertos matices humorísticos.

que ser hospitalizada debido a un accidente automovilístico. Anteriormente había tenido cinco abortos, así que es comprensible que estuviera preocupada. A las dos semanas se puso de parto prematuramente. Poco después nació la pequeña Vanessa, con un peso de apenas 900 gramos. “¡Estaba tan emocionada! —recuerda Juanita—. ¡Por fin era madre!”

Pero su felicidad fue efímera. Vanessa murió a los cuatro días de su nacimiento. “Sentí un gran vacío —dice Juanita—. Había dejado de ser madre. Me sentía incompleta. Fue doloroso volver a



Aborto espontáneo y nacimiento de un niño muerto: el dolor de la madre

Aunque ya tenía otros niños, Monna esperaba con gran ilusión el nacimiento de su próxima hija. Incluso antes de nacer, “jugaba con ella, le hablaba y soñaba con ella”.

Los lazos entre ella y su futuro bebé eran cada vez más fuertes. Monna continúa diciendo: “Rachel Anne me daba pataditas que hacían que se cayera el libro que yo tenía apoyado sobre el vientre; me mantenía despierta por la noche. Todavía recuerdo sus primeras pataditas; eran como toquitos suaves y cariñosos. Cada vez que se movía, me llenaba de ternura. La conocía tan bien que sabía cuándo sentía dolor y cuándo estaba enferma”.

Monna prosigue su relato: “El doctor no me creyó hasta que fue demasiado tarde. Me decía que dejara de preocuparme. Creo que percibí el momento en que murió. De repente, dio una vuelta brusca. Al día siguiente estaba muerta”.

La experiencia de Monna no es un caso aislado. Según el libro *Surviving Pregnancy Loss* (Cómo superar un aborto espontáneo), de las escritoras Friedman y Gradstein, tan solo en Estados Unidos alrededor de un millón de mujeres al año tienen un embarazo malogrado. La cifra mundial, lógicamente, es mucho mayor.

Por lo general, la gente no se da cuenta de que tener un aborto espontáneo o dar a luz un bebé muerto es una tragedia que una mujer probablemente no olvidará por el resto de su vida. Por ejemplo: Verónica, que ahora es una mujer entrada en años, recuerda los abortos que tuvo y, especialmente, el bebé que le nació muerto, aunque se

desarrolló hasta el noveno mes y llegó a pesar seis kilogramos. Lo llevó muerto dentro de sí durante las dos últimas semanas. Ella dijo: “Dar a luz un niño muerto es un verdadero trauma para una madre”.

Las reacciones de estas madres frustradas no siempre son comprendidas, ni siquiera por otras mujeres. Una mujer que tuvo un aborto espontáneo escribió: “He aprendido de la forma más dolorosa posible que antes de que esto me ocurriera a mí, no tenía la menor idea de lo que tuvieron que sufrir mis amigas. Las traté con tanta insensibilidad e ignorancia como creo que ahora otros me tratan a mí”.

Otro problema que se le puede presentar a la madre doliente es pensar que su esposo no siente la pérdida como ella. Una esposa lo expresó así: “En aquellos momentos, mi esposo me decepcionó por completo. Para él, era como si yo nunca hubiera estado embarazada. No podía experimentar el dolor que yo sentía. Supo compartir mis temores, pero no mi dolor”.

Esta reacción probablemente sea natural en un esposo, pues a él no le unen los mismos lazos físicos y emocionales con el feto que unen a la madre. No obstante, él también sufre una pérdida. Y es fundamental que ambos comprendan que están sufriendo juntos, aunque de diferente manera. Deben compartir su pena. Si el esposo oculta su dolor, la esposa pudiera pensar que es insensible. Por lo tanto, lloren juntos, abrázense y díganse lo que piensan. Muéstrense que se necesitan el uno al otro como nunca antes. Esposos, actúen con empatía.



casa y ver la habitación que habíamos preparado para Vanessa y las camisetas que yo le había comprado. Por los siguientes dos meses no hacía más que revivir el día de su nacimiento. No quería ver a nadie.”

¿Fue una reacción extrema? Aunque resulte difícil de entender, los que han pasado por la misma situación que Juanita explican que sufrieron tanto por la muerte de su bebé como lo hubieran hecho por la de alguien que hubiera vivido más tiempo. Según ellos, mucho antes de que nazca un niño, los padres ya lo aman. Entre el bebé y la madre se crea un vínculo especial. Cuando el bebé muere, la madre siente que se pierde a una persona real. Y eso es precisamente lo que los demás deben entender.

Cómo pueden afectarle los sentimientos de ira y de culpa

Otra madre describió así sus sentimientos al saber que su hijo de 6 años de edad había muerto súbitamente a causa de un problema cardíaco congénito: “Pasé por una serie de reacciones: aturdimiento, incredulidad, culpabilidad e indignación contra mi esposo y el médico por no darse cuenta de la gravedad de su estado”.

La ira puede ser otro síntoma de la aflicción. Puede descargarse sobre los médicos y enfermeras, por creer que no hicieron todo lo que pudieron por el difunto, o sobre amigos y familiares que aparentemente dicen o hacen cosas que no deberían. Algunos se enfadan con el que ha fallecido por no haber cuidado su salud. Stella cuenta: “Recuerdo que me indigné con mi esposo porque yo sabía que las cosas podrían haber resultado de otra manera. Él había estado muy enfermo, pero no había hecho caso de las advertencias de los médicos”. Y a veces el enojo con el difunto se debe a las cargas que su muerte impone.

Cuando muere un ser querido



La pérdida de un hijo es un trauma terrible; las muestras sinceras de condolencia y empatía pueden ayudar a los padres

Hay quienes se sienten culpables por su indignación, es decir, que se condenan a sí mismos por estar enojados. Otros se culpan de la muerte de su ser querido. “No hubiera muerto —se dicen a sí mismos convencidos— si yo le hubiera presionado para que fuera antes al médico” o “para que consultara a otro médico” o “para que se cuidara mejor”.

En el caso de otras personas, el sentimiento de culpabilidad es aún más extremo, sobre todo si el ser amado murió de manera repentina e

inesperada. Empiezan a recordar las ocasiones en que se enfadaron con el fallecido o discutieron con él. O tal vez piensen que no se portaron todo lo bien que debían con él.

El largo proceso de la aflicción de muchas madres confirma la opinión de muchos entendidos según la cual la pérdida de un hijo deja un vacío imposible de llenar en los padres, particularmente en la madre.

La pérdida del cónyuge

La pérdida del cónyuge constituye otro tipo de trauma, especialmente si ambos llevaban una

vida muy activa juntos. Puede significar el fin de todo un estilo de vida en común, de viajes y de su trabajo, entretenimiento e interdependencia.

Eunice explica lo que sucedió cuando su esposo falleció repentinamente de un ataque cardíaco: “Durante la primera semana pasé por una fase de insensibilidad; era como si hubiera dejado de funcionar. Perdí incluso el olfato y el gusto. Mi sentido de la lógica, en cambio, siguió funcionando. Puesto que había permanecido junto a mi esposo mientras trataban de estabilizarlo mediante resucitación cardiopulmonar y medicación, no sufrí



El síndrome de muerte infantil súbita: cómo soportar el dolor

La muerte repentina de un niño representa una gran tragedia. Un día, un bebé aparentemente normal y sano no se despierta de su sueño. Es un suceso totalmente inesperado, pues ¿quién iba a imaginarse que un niño muriera antes que sus padres? El bebé en el que la madre centraba su amor infinito, de repente se convierte en objeto de su dolor infinito.

A los padres les empiezan a embargar sentimientos de culpa. Se sienten responsables de la muerte, como si esta se hubiera debido a negligencia de su parte. Se preguntan a sí mismos: ‘¿Qué podríamos haber hecho para evitarla?’. * En algunos casos, el esposo incluso culpa inconscientemente a su esposa sin ningún fundamento. Cuando se fue a trabajar, el bebé estaba vivo y sano. Cuando regresó, supo que había muerto en la cuna. ¿Qué estaba haciendo ella?

* El síndrome de muerte infantil súbita, que por lo general se da en niños de uno a seis meses, se refiere a la muerte repentina de un bebé sano sin ninguna causa que la explique. Se cree que en algunos casos se podría evitar acostando al bebé boca arriba o de costado, *en vez de boca abajo*. No obstante, ninguna postura evitará todo caso de muerte súbita.

¿Dónde se encontraba en ese momento? Es necesario aclarar estas dudas atormentadoras a fin de evitar tensiones en el matrimonio.

La tragedia se debió a circunstancias imprevistas e imprevisibles. La Biblia afirma: “Regresé para ver, bajo el sol, que los veloces no tienen la carrera, ni los poderosos la batalla, ni tienen los sabios tampoco el alimento, ni tienen los entendidos tampoco las riquezas, ni aun los que tienen conocimiento tienen el favor; *porque el tiempo y el suceso imprevisto les acaecen a todos*”. (Eclesiastés 9:11.)

¿Cómo se puede ayudar a la familia que ha perdido a un bebé? Una madre doliente respondió: “Una amiga vino y me limpió la casa sin que se lo pidiera. Otros nos prepararon comidas. Algunos me ayudaron simplemente dándome un abrazo, sin decir nada, solo un abrazo. No quería hablar de ello. No quería explicar una y otra vez lo que había sucedido. No estaba para preguntas curiosas que me daban a entender que había fallado en algo. Yo era la madre; hubiera hecho cualquier cosa por salvar a mi niña”.

los síntomas habituales de rechazo de la realidad. No obstante, me sentía sumamente frustrada, como si estuviera viendo un automóvil caerse por un precipicio sin poder hacer nada para evitarlo”.

¿Lloró? “Naturalmente, sobre todo cuando leí los cientos de tarjetas de condolencia que había recibido. Lloré con cada una de ellas. Eso me ayudó a afrontar el resto del día. Pero nada me ayudaba cuando me preguntaban una y otra vez cómo me sentía. Obviamente, me sentía desdichada.”

¿Qué ayudó a Eunice a soportar su pena? “De manera inconsciente tomé la decisión de seguir adelante con mi vida —dice—. Pero todavía me duele recordar que mi esposo, que tanto amaba la vida, no está aquí para disfrutarla.”

“No deje que otros le manden...”

Los autores del libro *Leavetaking—When and How to Say Goodbye* (La despedida: cuándo y cómo despedirse) aconsejan: “No deje que otros le manden cómo debe actuar o sentirse. El proceso de la aflicción difiere de persona a persona. A los demás les puede parecer —y quizás se lo digan— que está demasiado apenado o que no lo está lo

Cuando muere un ser querido

suficiente. Perdónelos y olvídense de ello. Si intenta encajar a la fuerza en un molde creado por otras personas o por la sociedad en general, retardará su recuperación emocional”.

Evidentemente, no todo el mundo sobrelleva su pesar de la misma forma.

No estamos sugiriendo que un modo particular sea necesariamente mejor que otro para toda persona. Sin embargo, la situación sería alarmante si se produjera un estancamiento, si la persona apesadumbrada fuera incapaz de resignarse a la realidad. En tal caso, necesitaría la ayuda de amigos compasivos. La Biblia dice: “Un compañero verdadero ama en todo tiempo, y es un hermano nacido para cuando hay angustia”. Por lo tanto, no tenga miedo de pedir ayuda ni de hablar ni de llorar. (Proverbios 17:17.)

Cuando se pierde a un ser querido, es normal sentirse afligido, y no tiene nada de malo exteriorizarlo. Pero

hay otras preguntas que requieren una respuesta: ‘¿Cómo puedo sobrellevar el dolor? ¿Es normal tener sentimientos de culpa y de ira? ¿Cómo puedo dominarlos? ¿Qué puede ayudarme a superar la pérdida y el pesar?’. En la siguiente sección se contestarán estas y otras preguntas.

Preguntas para meditar

¿Cómo influye la cultura de algunas personas en la manera de mostrar su pesar?

¿Qué ejemplos tenemos en la Biblia de gente que expresó abiertamente su aflicción?

¿Cómo han reaccionado algunos al perder a un ser querido?
¿Cómo ha reaccionado usted en circunstancias similares?

¿Por qué es la pérdida del cónyuge una experiencia singular?

¿Cómo funciona el proceso de la aflicción?
¿Es malo sentirse apenado?

¿Qué síntomas presenta el proceso de la aflicción? (Véase el recuadro de la página 9.)

¿Qué circunstancias especiales afectan a los padres cuando un hijo suyo fallece del síndrome de muerte súbita? (Véase el recuadro de la página 12.)

¿Cómo afecta a muchas madres un aborto espontáneo o el nacimiento de un niño muerto? (Véase el recuadro de la página 10.)

¿Cómo puedo sobrellevar el dolor?



“**M**E SENTÍA obligado a reprimir mis sentimientos”, dice Mike al recordar la muerte de su padre. Mike creía que inhibir el dolor era propio de los hombres. Pero posteriormente se dio cuenta de su error. Así que cuando un amigo

suyo perdió a su abuelo, sabía lo que debía hacer. “Hace un par de años —cuenta— le hubiera dado unas palmadas en el hombro y le hubiera dicho: ‘Pórtate como un hombre’. Pero en esta ocasión, lo tomé del brazo y le dije: ‘Exterioriza tus sentimientos. Te ayudará a sobreponerte. Si quieres que me vaya, me voy. Y si quieres que me quede, me quedo. Pero no tengas miedo de manifestar lo que sientes’.”

MaryAnne también se consideraba obligada a contener sus emociones cuando falleció su esposo. “Estaba tan preocupada por dar un buen ejemplo a los demás —recuerda—, que refrenaba mis sentimientos normales. Pero con el tiempo comprendí que tratando de ser fuerte como una roca ante otros, no me estaba ayudando a mí misma. Comencé a analizar mi situación y a decirme: ‘Si tienes ganas de llorar, llora. No te hagas la fuerte. Desahógate’.”

De modo que la recomendación de Mike y MaryAnne es: *Manifieste su dolor*. Y tienen razón, porque hacerlo sirve de desahogo. Dar libre curso a los

sentimientos puede aliviar la tensión que se siente. La expresión natural de las emociones, acompañada de comprensión y de información precisa, le permitirá ver sus sentimientos desde una perspectiva correcta.

Obviamente, no todo el mundo expresa el dolor de la misma forma. Y factores tales como si la muerte de la persona querida se produjo repentinamente o tras una larga enfermedad, podrían influir en la reacción emocional de los sobrevivientes. Con todo, lo que parece seguro es que reprimir los sentimientos puede perjudicar tanto física como emocionalmente. Es mucho más saludable desahogar la pena. ¿De qué forma? Las Escrituras contienen consejos prácticos.

Cómo aliviar la pena

Una forma de desahogarse es *hablando*. Después de perder a sus diez hijos y de sufrir otras cuantas desgracias personales, el antiguo patriarca Job dijo: “Mi alma ciertamente siente asco para con mi vida. Ciertamente daré salida a [en hebreo, “soltaré”] mi preocupación acerca de mí mismo. ¡Ha-

Cuando muere un ser querido

blaré, sí, en la amargura de mi alma!”. (Job 1:2, 18, 19; 10:1.) Job no podía contener su preocupación por más tiempo. Tenía que darle rienda suelta; tenía que ‘hablar’. El dramaturgo inglés William Shakespeare escribió algo parecido en *Macbeth*: “Dad palabras al dolor. La desgracia que no habla, murmura en el fondo del corazón, que no puede más, hasta que le quiebra”. (Versión de Luis Astrana Marín.)

Por consiguiente, si habla de sus sentimientos con “un compañero verdadero” que le escuche paciente y comprensivamente, puede encontrar cierto alivio. (Proverbios 17:17.) Al expresar verbalmente las experiencias y los sentimientos, por lo general resulta más fácil comprenderlos y sobrellevarlos. Y si el oyente también perdió a alguien y se sobrepuso, posiblemente le dé unas cuantas sugerencias prácticas para que usted también lo consiga. Una señora cuyo hijo había muerto expresó así cómo le había ayudado conversar con otra mujer que había sufrido una pérdida semejante: “Saber que otra persona había pasado por lo mismo, que había sobrevivido y que estaba llevando de nuevo una vida más o menos normal, me fortaleció mucho”.

¿Le incomoda hablar de sus sentimientos? Tras la muerte de Saúl y Jonatán, David compuso una endecha muy emotiva en la que plasmó su dolor. Con el tiempo, este canto triste llegó a formar parte del libro bíblico de Segundo de Samuel. (2 Sa-

Cuando muere un ser querido

muel 1:17-27; 2 Crónicas 35:25.) Hay personas a las que, como a David, les resulta más fácil expresarse por escrito. Cierta viuda dijo que ella escribía lo que sentía y varios días después lo leía. Este método le resultó útil para desahogarse.

Comunicar sus sentimientos de palabra o por escrito contribuirá a mitigar su dolor. También puede ayudarle a aclarar malentendidos. Una madre doliente relata: “Mi esposo y yo habíamos oído hablar de otras parejas que se habían divorciado después de perder a un hijo, y no queríamos que a nosotros nos sucediera lo mismo. Así que cada

vez que nos enfadábamos y nos sentíamos tentados de culparnos el uno al otro, hablábamos del problema hasta resolverlo. Creo que de esa forma nuestra relación se hizo más íntima”. Por lo tanto, al exteriorizar sus sentimientos quizás entienda que, aunque otras personas hayan sufrido la misma pérdida que usted, no van a expresar su aflicción como usted, sino que lo harán a su paso y a su manera.

Otra cosa que puede ayudarle a aliviar la pena es *llorar*. Según la Biblia, hay “un tiempo

de llorar”. (Eclesiastés 3:1, 4.) Y no cabe duda de que ese tiempo llega cuando muere un ser querido. Parece que derramar lágrimas de dolor es parte esencial del proceso de recuperación.

Una joven cuenta que una amiga íntima la ayudó a sobreponerse a la muerte de su madre. Ella recuerda: “Mi amiga siempre estaba a mi lado.



La Biblia contiene varios ejemplos de cómo el poner por escrito los sentimientos puede ayudar a expresar el dolor



En todas las culturas, los dolientes agradecen que se les dé consuelo

Lloraba conmigo. Hablaba conmigo. Podía manifestar libremente mis emociones, y eso era muy importante para mí. No tenía por qué avergonzarme de llorar”. (Véase Romanos 12:15.) Tampoco usted tiene que avergonzarse de sus lágrimas. Como ya hemos visto, en la Biblia hay muchos ejemplos de hombres y mujeres de fe, entre ellos Jesucristo, que derramaron lágrimas de dolor abiertamente sin que parecieran sentir vergüenza por ello. (Génesis 50:3; 2 Samuel 1:11, 12; Juan 11:33, 35.)

Es posible que durante algún tiempo sus emociones sean un tanto impredecibles. Quizás se le salten las lágrimas cuando menos se lo espere. Una viuda se dio cuenta de que cada vez que iba a comprar al supermercado (lo cual había hecho muchas veces con su esposo) rompía a llorar, sobre todo cuando por costumbre tomaba de los estantes los productos que le gustaban a su esposo. Así pues, sea paciente consigo mismo. Y no piense que tiene que contener las lágrimas. Recuerde que son una reacción natural y necesaria del proceso de aflicción.

Cómo vencer el sentimiento de culpa

Como se indicó anteriormente, algunos experimentan sentimientos de culpa tras la pérdida de alguien querido. Tal reacción explicaría en parte el profundo dolor del fiel Jacob cuando le hicieron creer que “una feroz bestia salvaje” había matado a su hijo José. El propio Jacob le había mandado ir a ver si sus hermanos estaban bien. De modo que posiblemente le atormentaban ideas como: ‘¿Por qué envié a José solo? ¿Por qué lo mandé a una zona infestada de bestias salvajes?’. (Génesis 37:33-35.)

Tal vez usted crea que algún descuido suyo contribuyó a la muerte de la persona a quien quería. Si ese es el caso, le puede servir de ayuda pensar que los sentimientos de culpa —sea esta real o imaginaria— son una reacción normal de aflicción. Y tampoco estos sentimientos deben reprimirse necesariamente. Si habla de la culpa que siente, es probable que encuentre gran alivio.

No obstante, debe comprender que, por mucho que amemos a una persona, no podemos controlar

su vida ni evitar que “el tiempo y el suceso imprevisible” le acaezcan. (Eclesiastés 9:11.) Por otra parte, seguro que sus intenciones no fueron malas. Por ejemplo, si no concertó una cita con el médico antes, ¿fue porque *quería* que su ser querido enfermara y muriera? ¡Claro que no! Por lo tanto, ¿es usted verdaderamente culpable de su muerte? No.

Así expresa una madre cómo superó su sentimiento de culpa después de la muerte de su hija en un accidente automovilístico: “Me sentí culpable de haberla mandado por algo. Pero me di cuenta de que era absurdo que me sintiera así. No tuvo nada de malo que la enviara con su padre a hacer un mandado. No fue más que un lamentable accidente”.

‘Pero quisiera haber dicho y hecho tantas cosas...’, quizás piense. Es posible; sin embargo, ¿quién puede decir que haya sido un padre, una madre o un hijo perfecto? La Biblia nos recuerda: “Todos tropezamos muchas veces. Si alguno no tropieza en palabra, este es varón perfecto”. (Santiago 3:2; Romanos 5:12.) Acepte, pues, el hecho de que no es perfecto. Pensar continuamente en todo lo que hubiera querido hacer no cambiará las cosas y puede retardar su recuperación.

Si tiene buenas razones para creer que es culpable de verdad, que no son imaginaciones suyas, piense en que lo más importante para mitigar el sentimiento de culpa es obtener el perdón divino. La Biblia nos asegura: “Si errores fuera lo que tú vigilas, oh Jah, oh Jehová, ¿quién podría estar de pie? Porque hay el verdadero perdón contigo, a fin de que se te tema”. (Salmo 130:3, 4.) Usted no puede cambiar el pasado, pero sí puede suplicar a Dios que le perdone sus errores anteriores. ¿Qué más puede hacer? Pues bien, en vista de que Dios

Cuando muere un ser querido

promete perdonar los errores del pasado, ¿no cree que usted también debería perdonarse a sí mismo? (Proverbios 28:13; 1 Juan 1:9.)

Cómo dominar la ira

¿Se siente además bastante molesto con los médicos, las enfermeras, sus amigos o incluso con el fallecido? Tenga en cuenta que esa es otra reacción frecuente ante la pérdida de alguien querido. Quizás el dolor que siente vaya acompañado de ira de forma natural. Comprender tal hecho puede beneficiarle. Un escritor dijo: “Solo cuando se toma conciencia de la ira —no dejándose llevar por ella, sino percatándose de que se siente— es posible librarse de sus efectos nocivos”.

También le puede servir de ayuda expresar su enojo. ¿Cómo? No mediante estallidos violentos, evidentemente. La Biblia advierte que la cólera prolongada es dañina. (Proverbios 14:29, 30.) Pero tal vez le reconforte hablar de lo que siente con un amigo comprensivo. A algunas personas les calma asimismo realizar ejercicios enérgicos cuando están enfadadas. (Véase también Efesios 4:25, 26.)

Aunque es importante expresar con franqueza los sentimientos, conviene dar una advertencia. Existe una gran diferencia entre expresar los sentimientos y descargarlos sobre otros. No hay necesidad de que culpe a los demás de su ira y su frustración. De modo que trate de comunicar sus sentimientos, pero no en tono hostil. (Proverbios 18:21.) A continuación vamos a tratar la principal ayuda de que disponemos para sobrellevar el dolor.

Ayuda de parte de Dios

La Biblia nos asegura: “Jehová está cerca de los que están quebrantados de corazón; y salva a los



Confíe en los amigos: Deje que los demás le ayuden si se ofrecen y si su ayuda le puede resultar útil. Entienda que esa podría ser su manera de mostrar cómo se sienten; quizás no encuentran las palabras precisas para decírselo. (Proverbios 18:24.)

Cuide su salud: La aflicción puede causarle un gran desgaste, sobre todo al principio. Su cuerpo necesita más que nunca descanso suficiente, ejercicio sano y una alimentación adecuada. Sería conveniente que su doctor de cabecera le realizara un reconocimiento general periódicamente.

Aplazue las decisiones importantes: Es preferible que no tome decisiones como vender la casa o cambiar de trabajo hasta que pueda pensar con mayor claridad. (Proverbios 21:5.) Una viuda contó que varios días después de la muerte de su esposo regaló muchas pertenencias de él, y que luego se dio cuenta de que se había desprendido de valiosos recuerdos.

Sea paciente consigo mismo: La aflicción normalmente dura más de lo que la mayoría de la gente cree. Las fechas que traen recuerdos de la persona querida muerta reavivan el dolor año tras año. Determinadas fotografías, canciones o incluso olores pueden hacer saltar las lágrimas. Un estudio científico que se realizó del duelo describió el proceso de la aflicción de la siguiente forma: “Los dolientes pueden experimentar cambios drásticos y repentinos de su estado emocional, y el deseo de evitar cualquier recuerdo del difunto puede alternarse con un esfuerzo deliberado por cultivar tales recuerdos durante un tiempo”. Tenga presente las preciadas promesas de Jehová. (Filipenses 4:8, 9.)

Sea comprensivo con los demás: Trate de ser paciente con los demás. Comprenda que la situación es embarazosa para ellos. Por no saber qué decir, quizás digan cosas inoportunas. (Colosenses 3:12, 13.)

Absténgase de ingerir medicamentos o alcohol para contrarrestar la pena: El alivio que pueda sentir con los medicamentos o el alcohol es solo temporal. Medíquese únicamente bajo la supervisión de un médico. Sin embargo, tenga cuidado porque hay muchos fármacos que crean adicción. También se debe tener en cuenta que estos pueden retardar el proceso de la aflicción. Cierto patólogo advierte: “La tragedia tiene que soportarse, sufrirse y finalmente asimilarse; pero si esto se retrasa indebidamente insensibilizando a la [persona] con drogas, el proceso se puede prolongar o distorsionar”. Medite en los magníficos propósitos de Jehová y obtendrá alivio duradero. (Salmo 1:2; 119:97.)

Vuelva a su actividad diaria: Al principio tal vez tenga que hacer un esfuerzo para ir a trabajar, ir de compras o realizar otras tareas. Pero posiblemente descubra que le beneficia seguir su programa habitual de actividades. Manténgase ocupado efectuando obras cristianas. (Compárese con 1 Corintios 15:58.)

No tema que le desaparezca el dolor intenso: Por extraño que parezca, algunos dolientes temen dejar de sentir un pesar profundo, pues creen que ello indicaría que su amor por el fallecido está disminuyendo. No es así. La desaparición del dolor da paso a recuerdos valiosos que sin duda conservará para siempre. (Eclesiastés 3:1, 4.)

No se inquiete excesivamente: Puede que se pregunte: ‘¿Qué va a ser de mí?’. La Biblia aconseja que no nos preocupemos por el día siguiente. “Vivir concentrándome más en el día presente me ayuda mucho”, explica cierta viuda. Jesús dijo a sus discípulos: “Nunca se inquieten acerca del día siguiente, porque el día siguiente tendrá sus propias inquietudes”. (Mateo 6:25-34.)

que están aplastados en espíritu”. (Salmo 34:18.) En efecto, una relación con Dios le puede ayudar, más que cualquier otra cosa, a sobreponerse a la muerte de un ser querido. ¿De qué manera? Todas las sugerencias prácticas ofrecidas hasta ahora se basan en la Palabra de Dios, la Biblia, o están en armonía con ella. Aplicarlas puede ayudarle a sobrellevar el dolor.

Por otra parte, nunca subestime el valor de la oración. La Biblia nos exhorta: “Arroja tu carga sobre Jehová mismo, y él mismo te sustentará”. (Salmo 55:22.) Si hablar de sus sentimientos con un amigo comprensivo le puede ayudar, ¡cuánto más le ayudará abrir su corazón al “Dios de todo consuelo”! (2 Corintios 1:3.)

El valor de la oración no estriba solo en que nos haga sentir mejor. El “Oidor de la oración” promete dar espíritu santo a los siervos suyos que se lo pidan sinceramente. (Salmo 65:2; Lucas 11:13.) Y el espíritu santo o fuerza activa de Dios puede infundirle el ‘poder que va más allá de lo normal’ para que salga adelante. (2 Corintios 4:7.) Recuerde que Dios puede ayudar a sus siervos fieles a aguantar todos y cada uno de los problemas que se les presenten.

Una señora que perdió a su hija recuerda cómo el poder de la oración les ayudó a ella y a su esposo a sobrellevar la pérdida. “Si estábamos en casa de noche y el dolor se volvía insoportable, orába-

mos juntos en voz alta —explica—. Cuando teníamos que hacer algo sin ella por primera vez, como ir a la reunión de congregación o a una asamblea, pedíamos fuerzas. Si al levantarnos por la mañana nos parecía que no podríamos hacer frente a la realidad, rogábamos a Jehová que nos ayudara. No sé por qué, pero me traumatizaba entrar sola en la casa; así que cada vez que lo hacía, le suplícaba a Jehová que me ayudara a mantenerme cal-

mada.” Esta fiel mujer cree firmemente, y con razón, que aquellas oraciones fueron decisivas. Usted también puede comprobar que, en contestación a sus oraciones constantes, ‘la paz de Dios que supera a todo pensamiento guardará su corazón y sus facultades mentales’. (Filipenses 4:6, 7; Romanos 12:12.)

La ayuda que Dios da es determinante. El apóstol cristiano Pablo afirmó que Dios “nos consuela en toda nuestra tribulación, para

que nosotros podamos consolar a los que se hallan en cualquier clase de tribulación”. Es cierto que la ayuda divina no elimina por completo el dolor, pero lo hace más llevadero. Eso no significa que no va a llorar más o que va a olvidarse de la persona amada. No obstante, puede recuperarse. Y cuando así suceda, su experiencia quizás le sirva para ser más comprensivo y compasivo al ayudar a otros a enfrentarse a una pérdida parecida. (2 Corintios 1:4.)

Preguntas para meditar

¿Por qué es importante que manifieste su dolor?

¿Cómo puede aliviar su pena?

¿Cómo pueden ayudarle las Escrituras a vencer los sentimientos de culpa y de ira?

¿De qué manera puede ayudarle una relación con Dios a sobreponerse a la muerte de un ser querido?

¿Qué sugerencias prácticas se ofrecen para sobrellevar el dolor?

Cómo ayudar al doliente



“SI PUEDO ayudarte en algo, avísame”, decimos muchos de nosotros al amigo o al familiar que acaba de perder a un ser querido. Y lo decimos de todo corazón. Haríamos *cualquier* cosa por ayudarle. Pero ¿suele llamarnos el doliente

para informarnos: “He pensado en algo en lo que me puedes ayudar”? Raramente. Es obvio que hemos de tomar la iniciativa si de verdad queremos ayudar y consolar a quien está de duelo.

Un proverbio bíblico dice: “Como manzanas de oro en entalladuras de plata es una palabra hablada al tiempo apropiado para ella”. (Proverbios 15:23; 25:11.) Conviene saber lo que se debe decir y hacer, y lo que *no* se debe decir *ni* hacer. A continuación se ofrecen unas cuantas sugerencias bíblicas que a algunos dolientes les han parecido prácticas.

Qué hacer

Escuche: Sea “presto en cuanto a oír”, dice Santiago 1:19. Una de las principales ayudas que puede dar al doliente es compartir su pena escuchándolo. Quizás él necesite hablar de la persona querida que ha fallecido, del accidente o la enfermedad que causó su muerte, o de sus sentimientos. Así que pregúntele: “¿Te gustaría hablar de ello?”. Deje que él lo decida. Recordando la muerte de su padre, un joven dijo: “Me ayudaba mucho el que me preguntaran por lo sucedido y que entonces *me escucharan de verdad*”. Escuche pa-

ciente y compasivamente a las personas desconsoladas sin pensar que tiene que darles respuestas o soluciones. Deje que expresen lo que quieran.

Tranquiliceles: Asegúreles que ellos hicieron cuanto estuvo a su alcance (o cualquier otra cosa que sea *cierta y constructiva*). Cálmelos diciéndoles que lo que sienten —tristeza, ira, culpa o cualquier otro sentimiento— seguramente es normal. Hábleles de personas que usted conozca que hayan logrado sobreponerse a una pérdida similar a la de ellos. Según Proverbios 16:24, tales “dichos agradables son [...] una curación a los huesos”. (1 Tesalonicenses 5:11, 14.)

Ofrézcase: Póngase a su disposición no solo en los primeros días, cuando están presentes muchos amigos y familiares, sino incluso meses después, cuando todos han vuelto a sus actividades diarias. Así mostrará ser “un compañero verdadero” que permanece junto a su amigo en los momentos de “angustia”. (Proverbios 17:17.) “Nuestras amistades procuraban que tuviéramos algo que hacer todas las noches para que no pasáramos mucho tiempo solos en casa —cuenta Teresea, cuya hija pereció en un accidente de tráfico—. Eso nos ayu-

dó a llenar el vacío que sentíamos.” En los años subsiguientes a la pérdida del ser querido, los sobrevivientes pueden experimentar mucha angustia al llegar aniversarios como el de bodas o el del fallecimiento. ¿Por qué no marca tales fechas en su calendario a fin de que, llegado el momento, se acuerde de ponerse a su disposición y así darles apoyo moral, si lo necesitan?

Tome la iniciativa si es conveniente: ¿Hay que realizar ciertas gestiones? ¿Se precisa que alguien cuide de los niños? ¿Necesitan alojamiento los amigos y parientes que han llegado de fuera? Las personas que acaban de perder a un ser que-

ruido suelen estar tan aturridas que ni siquiera saben lo que *ellas* han de hacer, por lo que difícilmente podrán decir a los demás en qué les pueden ayudar. Así pues, si se da cuenta de que debe hacerse algo sin falta, no espere a que se lo pidan; tome la iniciativa. (1 Corintios 10:24; compárese con 1 Juan 3:17, 18.) Una mujer que había perdido a su esposo relató: “Muchos me dijeron: ‘Si hay algo que pueda hacer, dímelo’. Pero hubo una amiga que no me preguntó: fue directa al dormitorio, deshizo la cama y lavó las sábanas que mi esposo había manchado al morir. Otra amiga tomó un cubo lleno de agua y detergente y limpió la alfombra sobre la que él había vomitado. Unas cuantas semanas después, un anciano de la congregación se presentó en casa en ropa de trabajo y con sus herramientas, y me dijo: ‘Seguro que hay algo que reparar. ¿Qué es?’. No sabe cuánto le agradezco que me arreglara la puerta, que estaba colgando de una bisagra, y que me reparara un electrodoméstico”. (Compárese con Santiago 1:27.)

Sea hospitalario: “No olviden la hospitalidad”, nos recuerda la Biblia. (Hebreos 13:2.) Debemos acordarnos de mostrar hospitalidad en especial a los que están de duelo. En lugar de decirles que pueden visitarle cuando quieran, concrete el día y la hora de la invitación. No se rinda enseguida si la declinan. Puede que necesiten que les insista un poco. Tal vez rechazaron su oferta por temor a



Si se da cuenta de que debe hacerse algo sin falta, no espere a que se lo pidan; tome la iniciativa

Cuando muere un ser querido

perder el control de sus emociones frente a otros. También es posible que no les parezca bien disfrutar de una comida y de compañía en tales momentos. Acuérdesse de Lidia, la mujer hospitalaria mencionada en la Biblia. Lucas indica que invitó a él y a otros a su casa, y ‘ sencillamente los obligó a aceptar’. (Hechos 16:15.)

Sea paciente y comprensivo: No se sorprenda demasiado por lo que los dolientes puedan decir al principio. Recuerde que quizás estén indignados o se sientan culpables. Si se desfogan con usted, deberá ser comprensivo y paciente para no alterarse. “Vístanse de los tiernos cariños de la compasión, la bondad, la humildad mental, la apacibilidad y la gran paciencia”, recomienda la Biblia. (Colosenses 3:12, 13.)

Escriba una carta: Con frecuencia se pasa por alto el valor de una carta de pésame o una tarjeta de condolencia. ¿Qué ventaja ofrecen? Cindy, cuya madre murió de cáncer, responde: “Una amiga me mandó una bonita carta que me ayudó mucho porque podía leerla y releerla”. Una carta o tarjeta de consuelo puede componerse de solo unas “pocas palabras”, pero debe estar escrita con el corazón. (Hebreos 13:22.) En ella puede decirle al doliente que se preocupa por él y que guarda gratos recuerdos del difunto, o puede explicarle cómo influyó este en su propia vida.

Ore con ellos: No subestime el valor de orar con los afligidos y a favor de ellos. La Biblia dice: “El ruego del hombre justo [...] tiene mucho vigor”. (Santiago 5:16.) Oírle orar por ellos puede ayudarles, por ejemplo, a vencer sentimientos negativos como el de culpa. (Compárese con Santiago 5:13-15.)

Qué no hacer

No se mantenga alejado por no saber qué decir o hacer: “Seguro que ahora mismo necesitan estar a solas”, puede que pensemos. Pero la verdad quizás sea que nos mantenemos alejados porque tememos hacer o decir una inconveniencia. Sin embargo, si los amigos, familiares y compañeros de creencia evitan al doliente, este posiblemente se sienta más solo, lo cual avivará su pena. Tenga en cuenta que las palabras y acciones más afectuosas son por lo general las más sencillas. (Efesios 4:32.) Su sola presencia puede infundir ánimo. (Compárese con Hechos 28:15.) Teresa dijo con respecto al día en que murió su hija: “Al cabo de una hora, el vestíbulo del hospital se había llenado de amigos nuestros; todos los ancianos y sus esposas estaban allí. Algunas mujeres todavía tenían los rulos en la cabeza; otros iban en ropa de trabajo. Dejaron todo lo que estaban haciendo y vinieron. Muchos de ellos nos dijeron que no sabían qué decir, pero no importaba: estaban allí, y con eso era suficiente”.

No los presione para que dejen de llorar: Podríamos estar tentados de decirles: ‘Bueno..., ya..., no llores más’. Pero tal vez sea mejor que cedan a las lágrimas. “Creo que es importante dejar que las personas que han perdido a un ser querido manifiesten sus sentimientos y se desahoguen”, dice Katherine al reflexionar sobre la muerte de su esposo. Luche contra la tendencia a decir a otros cómo deben sentirse. Y no piense que tiene que ocultar sus sentimientos para que no les afecten a ellos. La Biblia recomienda, más bien, ‘llorar con los que lloran’. (Romanos 12:15.)

No les aconseje que se deshagan de la ropa u otros efectos personales del difunto antes de

Cuando muere un ser querido



Su presencia en el hospital puede animar a los dolientes

que estén preparados para ello: Quizás pensemos que deberían deshacerse de los objetos que les traen recuerdos porque de un modo u otro prolongan la aflicción. Pero el dicho “ojos que no ven, corazón que no siente” no es aplicable en este caso. Muchos dolientes necesitan tiempo para asimilar la pérdida del ser querido. Recuerde la descripción que da la Biblia de la reacción del patriarca Jacob cuando le hicieron creer que una fiera había matado a su hijo José. Después de que le mostraron la

vestidura de José manchada de sangre, “se dio al duelo de su hijo por muchos días. Y todos sus hijos y todas sus hijas siguieron levantándose para consolarlo, pero él siguió rehusando recibir consuelo”. (Génesis 37:31-35.)

No diga: ‘Puedes tener otro bebé’: “Me molestaba que la gente me dijera que podía tener otro niño”, recuerda una mujer que perdió a un hijo. Probablemente se diga con buenas intenciones, pero para los desconsolados padres, las palabras

que den a entender que se puede reemplazar al hijo perdido son como “estocadas de una espada”. (Proverbios 12:18.) Un hijo nunca puede reemplazar a otro porque cada hijo es único.

No tiene necesariamente que evitar referirse al difunto: “Muchas personas ni siquiera mencionaban el nombre de mi hijo Jimmy ni hablaban de él —recuerda una madre—. Debo admitir que eso me dolía un poco”. De modo que no tiene que cambiar forzosamente de tema cada vez que se mencione el nombre del fallecido. Pregunte a la persona si necesita hablar del ser querido. (Compárese con Job 1:18, 19 y 10:1.) Algunos dolientes agradecen oír hablar a los amigos de las cualidades singulares por las que le tenían cariño al difunto. (Compárese con Hechos 9: 36-39.)

No se precipite a decirles: ‘Es mejor que haya sido así’: Tratar de ver algo positivo en la muerte no siempre ‘conforta a las almas abatidas’ que están de duelo. (1 Tesalonicenses 5:14.) Recordando la muerte de su madre, una joven dijo: “Otros me decían: ‘Ya ha dejado de sufrir’, o: ‘Por lo menos está en paz’. Pero eso no era lo que yo quería oír”. Tales comentarios pueden dar a entender a los sobrevivientes que no deberían estar tristes o que la pérdida no fue significativa. No obstante, es posible que estén muy acongojados porque echen mucho de menos al ser querido.

Tal vez sea mejor que no diga: ‘Sé cómo te sientes’: ¿De verdad lo sabe? ¿Cómo puede comprender, por ejemplo, lo que sienten los padres cuando se les muere un hijo si usted no ha experimentado esa misma pérdida? Y aun si la ha experimentado, tenga en cuenta que no todo el mundo reacciona exactamente igual que usted. (Compárese con Lamentaciones 1:12.) No obstante, podría servir de cierta ayuda al doliente el que le explicara, si parece oportuno, cómo se recuperó

usted. Una mujer que había perdido a su hija halló alivio cuando otra madre cuya hija también había muerto le contó cómo había vuelto a la vida normal. “La madre de la otra joven no inició su historia diciéndome: ‘Sé cómo te sientes’ —explicó la primera mujer—. Se limitó a contarme cómo le fue a *ella* y dejó que yo sacara

mis propias conclusiones.”

Para ayudar a un doliente deberá mostrar compasión, discernimiento y mucho amor. No espere a que él acuda a usted. No se limite a decir: “Si hay algo que pueda hacer...”. Encuentre ese “algo” por sí mismo, y entonces, si es conveniente, tome la iniciativa.

Todavía quedan unas cuantas preguntas por responder: ¿En qué consiste la esperanza bíblica de la resurrección? ¿Qué puede significar para usted y el ser querido que ha muerto? ¿Cómo podemos estar seguros de que es una esperanza confiable?

Preguntas para meditar

¿Por qué ayuda al doliente que se comparta su pena escuchándolo?

¿Qué podemos hacer para consolar a alguien que ha perdido a un ser querido?

¿Qué debemos evitar decir o hacer al que está de duelo?



Cómo ayudar a los niños cuando se produce una muerte

Cuando muere alguien en la familia, ni los padres ni los familiares ni los amigos saben por lo general qué decir o hacer para que los niños comprendan lo que ha ocurrido. Sin embargo, estos necesitan la ayuda de los adultos para enfrentarse con la situación. He aquí algunas preguntas que se plantean a menudo sobre cómo ayudar a los niños a comprender la muerte.

¿Cómo se les puede explicar qué es la muerte?

Es importante que la explicación se dé en términos sencillos y que sea verídica. No dude en usar las palabras que se exigen, como “muerto” y “muerte”. Por ejemplo, podría sentarse con el niño, abrazarlo y decirle: “Ha ocurrido algo muy triste. Papá se puso muy malo, porque le dio una enfermedad que no le da a muchas personas [o cualquier explicación que sea cierta], y ha muerto. Nadie tiene la culpa de que haya muerto. Lo vamos a echar mucho de menos porque lo amábamos, y él nos amaba a nosotros”. No obstante, sería conveniente explicarle al niño que ni él ni el padre sobreviviente van a morir tan solo porque de vez en cuando se enfermen.

Deje que le haga preguntas. ‘¿Qué quiere decir “muerto”?’, quizás pregunte, a lo que usted podría responder: “‘Muerto’ significa que el cuerpo ha dejado de funcionar y ya no puede hacer nada de lo que hacía antes; no puede hablar ni ver ni oír ni sentir nada”. El padre que cree en la promesa bíblica de la resurrección puede aprovechar esta oportunidad para explicar que Jehová Dios recuerda al fallecido y puede volver a darle vida en el futuro Paraíso terrestre. (Lucas 23:43; Juan 5:28, 29.) (Véase la sección “Una esperanza segura para los muertos”.)

¿Hay algo que *no* se les deba decir? No es bueno decirles que el difunto está realizando un largo viaje. Uno de los principales temores del niño es el de ser

abandonado, sobre todo cuando ha muerto uno de los padres. Decirle que la persona se ha marchado de viaje pudiera reforzar su sentimiento de desamparo y llevarle a pensar: ‘La abuelita se ha ido sin siquiera decirme adiós’. Tampoco es conveniente decir a los niños muy pequeños que el fallecido está durmiendo. Los niños tienden a interpretar las cosas literalmente. Si equiparan el sueño con la muerte, pudieran desarrollar miedo a dormirse.

¿Deberían asistir a los funerales? Los padres deben tener en cuenta los sentimientos de los niños. Si no quieren ir, no los obligue ni les haga sentirse culpables por ello. Y si quieren ir, déles una descripción detallada de lo que sucederá, como por ejemplo, si habrá un ataúd y si estará abierto o cerrado. Dígales también que a lo mejor ven a mucha gente llorando porque están tristes. Una vez más, déjeles que pregunten. Además, asegúreles que podrán marcharse si lo desean.

¿Cómo reaccionan ante la muerte? Con bastante frecuencia, los niños se sienten responsables de la muerte de un ser querido. Como es posible que en algún momento el niño se haya enfadado con la persona fallecida, pudiera llegar a creer que sus pensamientos o palabras hostiles causaron su muerte. Tal vez tenga que consolarlo diciéndole algo como: ‘Tus pensamientos y tus palabras no hacen que nadie enferme ni tampoco que muera’. Si es de corta edad, quizás haya que repetírselo muchas veces.

¿Se debe ocultar la pena a los niños? Llorar delante de los niños es normal, además de saludable. Por otra parte, resulta casi imposible ocultar por completo los sentimientos a los niños ya que suelen ser muy perspicaces, y si algo va mal, normalmente lo perciben. Si exterioriza su dolor, verán que es normal afligirse y, en ocasiones, expresar los sentimientos.



Una esperanza segura para los muertos



UNA mujer de 25 años escribió: “Mi madre adoptiva murió de cáncer en 1981. Su muerte nos afectó mucho a mí y a mi hermano, que también era adoptado.

Yo tenía para entonces 17 años, y mi hermano 11. La extrañaba muchísimo. Como me

habían enseñado que estaba en el cielo, quería quitarme la vida para ir junto a ella. Era mi mejor amiga”.

¡Parece tan injusto que la muerte tenga el poder de arrebatarnos a un ser querido! Y cuando sucede, la idea de que nunca más podremos hablar y reír con él ni abrazarlo, puede resultar casi insostenible. Ese dolor no desaparece necesariamente porque nos digan que la persona querida está en el cielo.

No obstante, la Biblia da una esperanza muy diferente. Como se ha señalado previamente, las Escrituras muestran que en un futuro cercano será

y justas. Y en aquel entonces los seres humanos podrán disfrutar de salud perfecta, y nunca tendrán que volver a morir. ‘Eso son meras ilusiones’, quizás piensen algunos.

¿Cómo podría convencerse usted de que esta esperanza es segura? Para creer en una promesa uno tendría que estar seguro de que quien la hace tiene tanto el deseo como el poder de cumplirla. ¿Quién, pues, es el que promete que los muertos volverán a vivir?

En la primavera del año 31 E.C., Jesucristo prometió: “Así como el Padre levanta a los muertos y los vivifica, así el Hijo también vivifica a los que él quiere. [...] No se maravillen de esto, porque viene la hora en que todos los que están en las tumbas conmemorativas oirán su voz [la de Jesús] y saldrán”. (Juan 5:21, 28, 29.) En efecto, Jesucristo prometió que millones de muertos volverán a la vida en esta Tierra y tendrán la perspectiva de permanecer para siempre sobre ella en condiciones pacíficas y paradisíacas. (Lucas 23:43; Juan 3:16; 17:3; compárese con Salmo 37:29 y Mateo 5:5.)



La ternura que demostró Jesús al resucitar a Lázaro refleja su deseo intenso de reparar los estragos de la muerte

posible volver a estar junto a los seres queridos que han muerto, pero no en un cielo desconocido, sino aquí mismo en la Tierra, en condiciones pacíficas

Cuando muere un ser querido



Al explicar cómo han sobrellevado su dolor, muchos cristianos fieles han dicho: “Te voy a decir cuál es mi texto bíblico preferido”. Si está de duelo, es posible que algunos de los siguientes textos le ayuden también a usted.

“Bendito sea [...] el Padre de tiernas misericordias y el Dios de todo consuelo, que nos consuela en toda nuestra tribulación.” (2 Corintios 1:3, 4.)

“Estás abriendo tu mano y satisfaciendo el deseo de toda cosa viviente.” (Salmo 145:16.)

“[Dios] ha fijado un día en que se propone juzgar la tierra habitada con justicia por un varón a quien ha nombrado, *y ha proporcionado a todos los hombres una garantía* con haberlo resucitado de entre los muertos.” (Hechos 17:31.)

“Yo... yo mismo soy Aquel que está consolándolos.” (Isaías 51:12.)

“Como un hombre a quien su propia madre sigue consolando, así yo mismo seguiré consolándolos a ustedes.” (Isaías 66:13.)

“[Tu palabra] es mi consuelo en mi aflicción, porque tu propio dicho me ha conservado vivo. Me he acordado de tus decisiones judiciales desde tiempo indefinido, oh Jehová, y hallo consuelo para mí mismo. Sirva tu bondad amorosa, por favor, para consolarme, según el dicho tuyo a tu siervo.” (Salmo 119:50, 52, 76.)

“Viene la hora en que todos los que están en las tumbas conmemorativas oirán su voz y saldrán, los que hicieron cosas buenas a una resurrección de vida.” (Juan 5:28, 29.)

Puesto que quien hizo la promesa fue Jesús, puede darse por sentado que desea cumplirla. Pero ¿puede hacerlo?

Menos de dos años después de hacer aquella promesa, Jesús demostró más allá de cualquier duda que tiene el deseo y el poder de resucitar a los muertos.

“¡Lázaro, sal!”

Fue una escena conmovedora. Lázaro estaba gravemente enfermo. Sus dos hermanas, María y Marta, mandaron el siguiente aviso a Jesús, que estaba al otro lado del río Jordán: “Señor, ¡mira!, está enfermo aquel a quien le tienes cariño”. (Juan 11:3.) Ellas sabían que Jesús amaba a Lázaro. ¿Acaso no desearía ver a su amigo, que estaba enfermo? Curiosamente, en lugar de salir para Betania de inmediato, Jesús permaneció donde estaba dos días más. (Juan 11:5, 6.)

Lázaro murió algún tiempo después de que le enviaron a Jesús el aviso de que estaba enfermo. En el momento en que Lázaro murió, Jesús lo supo, y quiso hacer algo al respecto. Cuando finalmente llegó a Betania, ya hacía cuatro días que su querido amigo había perecido. (Juan 11:17, 39.) ¿Podría devolver la vida a alguien que llevaba tanto tiempo muerto?

Al oír que Jesús llegaba, Marta, una mujer dinámica, salió corriendo a su encuentro. (Compárese con Lucas 10:38-42.) Conmovido por su pena, Jesús le aseguró: “Tu hermano se levantará”. Cuando ella manifestó su fe en una resurrección futura, Jesús le dijo categóricamente: “Yo soy la resurrección y la vida. El que ejerce fe en mí, aunque muera, llegará a vivir”. (Juan 11:20-25.)

Cuando llegó a la tumba, Jesús mandó que retiraran la piedra que sellaba la entrada. A continua-

Quando muere un ser querido

ción oró en voz alta y clamó: “¡Lázaro, sal!” (Juan 11:38-43.)

Todas las miradas estaban fijas en la tumba. De repente, de la oscuridad surgió una figura con los pies y las manos atados con vendas y el rostro envuelto en un paño. “Desátenlo y déjenlo ir”, ordenó Jesús. Cuando la última venda cayó al suelo, comprobaron que efectivamente era Lázaro, el hombre que llevaba cuatro días muerto. (Juan 11:44.)

¿Sucedió de verdad?

El relato de la resurrección de Lázaro se presenta en el Evangelio de Juan como un hecho histórico. Los detalles son demasiado vívidos para que se trate de una mera alegoría. Cuestionar su historicidad equivale a cuestionar todos los milagros de la Biblia, incluida la resurrección del propio Jesucristo. Y negar la resurrección de Jesús equivale a negar la fe cristiana en su totalidad. (1 Corintios 15:13-15.)

En realidad, si usted acepta la existencia de Dios, no debería costarle creer en la resurrección. Se podría ilustrar con el caso de un señor que graba en cinta de vídeo su testamento para que, después de su muerte, sus familiares y amigos puedan verlo y escucharlo explicar por sí mismo cómo se debe disponer de su fortuna. Hace cien años, esta posibilidad era inconcebible. Y aun hoy para algunas personas que viven en zonas remotas del globo, la técnica de la grabación en vídeo resulta tan incomprensible que les parece milagrosa. Pues bien, si los hombres pueden reproducir las imágenes y sonidos de una escena como la antes mencionada aplicando los principios científicos establecidos por el Creador, ¿no debería él poder hacer mucho más que eso? ¿No es lógico que el que creó la vida sea capaz de *recrearla*?

Cuando muere un ser querido

El milagro de que Lázaro volviera a vivir sirvió para aumentar la fe de la gente en Jesús y en la resurrección. (Juan 11:41, 42; 12:9-11, 17-19.) También puso de manifiesto de forma conmovedora que Jehová y su Hijo desean resucitar a los muertos.

‘Dios sentirá anhelo’

La reacción de Jesús ante la muerte de Lázaro revela la gran ternura del Hijo de Dios. Los sentimientos profundos que mostró en aquella ocasión hacen patente que tiene un deseo intenso de devolver la vida a los muertos. El relato bíblico lee: “María, cuando llegó a donde Jesús estaba y alcanzó a verlo, cayó a sus pies, y le dijo: ‘Señor, si tú hubieras estado aquí, mi hermano no habría muerto’. Jesús, pues, cuando la vio llorando, y a los judíos que vinieron con ella llorando, gimió en el espíritu y se perturbó; y dijo: ‘¿Dónde lo han puesto?’. Ellos le dijeron: ‘Señor, ven y ve’. Jesús cedió a las lágrimas. Por eso los judíos empezaron a decir: ‘Mira, ¡cuánto cariño le tenía!’”. (Juan 11:32-36.)

La compasión sincera de Jesús se indica aquí con tres expresiones: “gimió”, “se perturbó” y “cedió a las lágrimas”. Las palabras que se usaron en el idioma original al redactar esta conmovedora escena muestran que a Jesús le afectó tanto la muerte de su querido amigo Lázaro y ver a la hermana de este llorando que no pudo contener las lágrimas.*

Lo más destacado es que, aunque ya había resucitado a otras dos personas y se proponía hacer lo

* La palabra griega traducida “gimió” es una forma de un verbo (*em-bri-má-o-mai*) que significa estar dolorosa o profundamente conmovido. Un escritor comenta: “El único sentido que puede tener acá es que Jesús se sintió invadido por una emoción tan intensa que arrancó de su corazón un quejido involuntario”. El término que se vierte “perturbó” es una forma de un verbo griego (*ta-rás-so*) que denota agitación. Según un lexicógrafo, significa “causar conmoción interna, [...] afectar con gran dolor o pena”. La expresión “cedió a las lágrimas” se traduce de un verbo griego (*da-krý-o*) que comunica la idea de “derramar lágrimas, llorar en silencio”.



*La resurrección, que se basa
en el sacrificio redentor de Cristo Jesús,
regocijará a todas las naciones*

mismo con Lázaro (Juan 11:11, 23, 25), Jesús “cedió a las lágrimas”. De modo que devolver la vida a los humanos no es un mero procedimiento para Jesús. Los profundos sentimientos de ternura que manifestó en esta ocasión evidencian que desea intensamente reparar los estragos de la muerte.

Como Jesús es ‘la representación exacta del mismo ser de Jehová Dios’, tenemos razones para no esperar menos de nuestro Padre celestial. (Hebreos 1:3.) El fiel Job dijo sobre el deseo de Jehová de llevar a cabo la resurrección: “Si un hombre físicamente capacitado muere, ¿puede volver a vivir? [...] Tú llamarás, y yo mismo te responderé. Por la obra de tus manos *sentirás anhelo*”. (Job 14:14, 15.) La palabra del idioma original que se traduce “sentirás anhelo” denota que Dios lo desea ardientemente. (Génesis 31:30; Salmo 84:2.) Es obvio que Jehová espera con gran ansia el momento de la resurrección.

¿Podemos nosotros creer realmente en la promesa de la resurrección? Sí, pues no cabe la menor duda de que Jehová y su Hijo tienen el deseo y el poder de cumplirla. ¿Qué significa esto para usted? Que tiene por delante la perspectiva de reunirse aquí mismo en la Tierra, pero en condiciones muy distintas, con los seres queridos que han muerto.

Jehová Dios, quien creó a la humanidad en un hermoso jardín, ha prometido restablecer el Paraíso en la Tierra bajo el dominio de su Reino celestial

en manos del ya glorificado Jesucristo. (Génesis 2:7-9; Mateo 6:10; Lucas 23:42, 43.) En ese Paraíso restablecido la familia humana tendrá la esperanza de vivir para siempre libre de toda enfermedad. (Revelación 21:1-4; compárese con Job 33:25; Isaías 35:5-7.) Desaparecerá asimismo el odio, el prejuicio racial, la violencia étnica y las dificultades económicas. Jehová Dios resucitará mediante

Jesucristo a los muertos para que vivan en una Tierra limpia.

Esta es la esperanza que ahora abriga la cristiana mencionada al principio de esta sección. Varios años después de la muerte de su madre, los testigos de Jehová la ayudaron a estudiar la Biblia en detalle. Ella recuerda: “Cuando aprendí lo que dice sobre la resurrección, lloré. Fue maravilloso saber que volveré a ver a mi madre”.

Si usted también ansía volver a ver a un ser querido, los testigos de Jehová le ayudarán con mucho gusto a aprender cómo puede hacer suya esta esperanza segura. Puede contactar con ellos visitando un Salón del Reino de su vecindario o escribiendo a la dirección de la página 32 más cercana a su domicilio.

Preguntas para meditar

¿Cómo demostró Jesús, al morir su amigo Lázaro, que tiene tanto el deseo como el poder de resucitar a los muertos?

¿Por qué podemos aceptar el relato bíblico de la resurrección de Lázaro como un hecho histórico?

¿Cómo revela el capítulo 11 de Juan que Jesús desea intensamente reparar los estragos de la muerte?

¿Qué muestra que Jehová Dios espera con gran ilusión el momento de la resurrección?





Para más información, visite jw.org o escriba a los testigos de Jehová.



we-S
170821